

RECOMENDACIONES PARA EL PACIENTE ALÉRGICO A LOS HIMENÓPTEROS (ABEJAS, AVISPAS...)



¿QUÉ ES LA ALERGIA?

La reacción alérgica corresponde a una respuesta anormal y excesiva del sistema inmunitario frente a una sustancia extraña al organismo: el alérgeno (venenos, ácaros, pólenes, pelos de animales, alimentos, fármacos...). Éste se pone en contacto con el organismo y, a consecuencia de este primer encuentro (fase de sensibilización), el sistema inmunitario considera a esta sustancia como un alérgeno. Esta primera fase es silente, es decir, que el sujeto que está sensibilizado a un alérgeno no presenta ningún síntoma concreto. En un segundo contacto, el organismo "sensibilizado" desencadena la reacción con manifestaciones propiamente alérgicas.

LAS PICADURAS DE HIMENÓPTEROS*

Generalmente, la reacción se califica de normal cuando aparece enrojecimiento, picor e inflamación leve en el lugar de la picadura y permanecen durante algunas horas (reacción no alérgica al veneno).

A veces, la reacción cutánea es más importante y se habla de reacción local exagerada o gigante, con enrojecimiento e inflamación extensos y que pueden durar varios días.

SÍNTOMAS

- Reacción local: urticaria leve, moderada o gigante.
- Reacción sistémica: generalmente con urticaria generalizada, edema de Quincke (inflamación de cara y extremidades). Puede provocar una dificultad al deglutir, al hablar, molestias digestivas, dificultad para respirar, pudiendo llegar a una reacción más grave que es el choque anafiláctico (asociado a una caída de la tensión arterial y pérdida de conciencia). Para ciertos pacientes con antecedentes alérgicos, es necesario llevar consigo adrenalina autoinyectable para su administración en caso de urgencia.

Es indispensable consultar con un alergólogo para que realice el seguimiento del paciente alérgico.

Medidas para mejorar su calidad de vida

EVITACIÓN

- Los perfumes y cosméticos perfumados incluida la laca.
- Evitar llevar prendas de vestir de color oscuro o adornos brillantes e intentar cubrirse siempre (pantalones, mangas largas, sombrero).
- Evitar ir descalzo.



*Himenópteros: grupo de insectos con alas membranosas (del latín *hymen*: membrana y *pteros*: ala)

- Evitar almacenar la basura en bolsas mal cerradas.
- Evitar dejar la comida (carne y dulces) al aire libre.
- No acercarse a enjambres de abejas o a un nido de avispas. Si se encuentra cerca de su vivienda, informar al ayuntamiento.
- Evitar hacer gestos bruscos si una avispa o abeja vuela a su alrededor o se posa sobre alguna parte de su cuerpo.



¿QUÉ HACER EN CASO DE PICADURA?

Si el aguijón es visible (probablemente tras la picadura de una abeja), debe retirarse rápidamente con la ayuda de unas pinzas ya que contiene glándulas asociadas de veneno.

Atención: evitar presionar sobre la picadura ya que puede acelerar la distribución del veneno.



- En caso de reacción local, el lugar de la picadura debe enfriarse con un poco de hielo y aliviar los síntomas con la aplicación de una crema con cortisona o con un antihistamínico por vía oral.
- En caso de reacción sistémica, (aparece urticaria generalizada, edema de Quincke o choque anafiláctico) es necesario, sobre todo, permanecer calmado, no realizar esfuerzos físicos y llamar a los servicios médicos. Una vez tratado se estabilizará.

Es indispensable consultar con su alergólogo.

TRATAMIENTO

En una reacción local, el alergólogo le puede prescribir un tratamiento con antihistamínicos o corticoides.

En una reacción sistémica, el alergólogo realizará un cuestionario clínico (circunstancias del accidente, descripción del insecto), pruebas diagnósticas cutáneas (intradermorreacción) y/o análisis sanguíneos (IgE específicas).

Le puede prescribir un kit de urgencias que incluirá, según los casos, adrenalina autoinyectable, un corticoide inyectable, un antihistamínico y un broncodilatador (en caso de crisis asmática).

En reacciones sistémicas importantes con pruebas cutáneas (y/o IgE específicas) positivas, con identificación del insecto responsable de la alergia, el alergólogo le podrá prescribir un tratamiento con inmunoterapia con alérgenos, que se lleva a cabo en dos fases:



1. La primera fase, o fase de inicio del tratamiento, consiste en inyectar dosis crecientes de veneno de avispa o abeja por vía subcutánea para llegar a una dosis máxima de 100 µg de veneno, correspondiente a varias picaduras de himenópteros. En algunos casos, la dosis máxima será de 200 µg. Este proceso se realiza en un centro hospitalario según diferentes protocolos de desensibilización (pauta clásica, agrupada, rápida o ultrarrápida).



2. La segunda fase, o fase de mantenimiento del tratamiento, empieza cuando se alcanza la dosis máxima. Esta dosis de veneno se considerará como la dosis de mantenimiento a inyectar mensualmente el primer año y posteriormente cada 4-6 semanas durante 3-5 años.

Pida consejo a su alergólogo